材料（6人分）

- 冬　瓜……… 100g
- トマト…………………………1個
- 卵　…………………………1個
- カッペリーニ（細いパスタ）…………………………60g
- ブイヨン………………… 600mℓ
- 塩・こしょう…………各適量
- パセリ（みじん切り）……適量

復活

ふれ愛クッキング

冬瓜とトマトのふわふわスープ

作り方

❶ 冬瓜は皮をむいて種を取り、1.5cm角に切ります。
　トマトは直火であぶり、種と皮を取って1.5cm角に切ります。

ポイント
★トマトをフォーク等に刺して直火であぶると皮がむきやすくなります。
★直火であぶれるのはガスならではですね！

❷ 鍋にブイヨン、冬瓜を入れて火にかけ、沸騰すれば弱火で煮ます。

コンロ調理タイマー　約12分

ポイント
★Siセンサーコンロなら調理タイマーを設定すれば、時間がくれば自動消火してブザーでお知らせしますよ。

❸ 冬瓜が柔らかくなればトマトとカッペリーニを加えさらに煮ます。

コンロ調理タイマー　約２分

ポイント
★カッペリーニの代わりに、夏に残ったひやむぎやそうめんを使っても美味しいですよ。

❹ ❸に溶きほぐした卵を少しずつ加え、塩・こしょうで味を調え、器に盛りパセリを散らします。

ポイント
★卵は沸騰しているところに入れないとスープが濁りますよ！

レシピは大阪ガスクッキングスクール提供です。

３月のクッキングスクールの予定は10ページをご覧ください。婚活クッキングもありますので、どんどんご応募ください！

ご注意

ガス機器のご使用、日常管理について

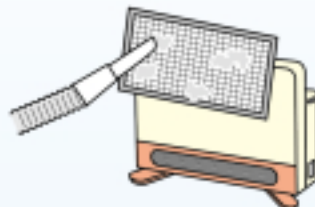
- ガス機器の安全なご使用、日常管理については、取扱説明書をよく読んでいただき、その内容を理解し、ご使用いただくことが大切です。
- ガス機器ご使用中に不快な臭い、炎のあふれ、機器本体の異常な過熱などがあれば、ただちに使用を中止し、ガス機器購入店またはガス機器メーカーに点検や修理を依頼（有償）してください。

ガス小型湯沸器

熱交換器の目づまりなど、不完全燃焼を起こし、一酸化炭素（CO）中毒の原因となる場合があります。

時々上部（防熱版の下）に汚れや詰まりがないかチェックしてください。上部に汚れや詰まりがある場合や使用中に火が消える場合は、販売店やメーカーに点検・修理（有償）を依頼してください。

ガス暖房器

ＦＦ暖房機、ファンヒーターは裏側のエアフィルターのお掃除をしましょう。

ガスコンロ

バーナーが目づまりしたまま使うと不完全燃焼を起こし一酸化炭素（CO）中毒の原因となる場合があります。

時々機器ブラシなどでお掃除をしてください。

室内でガス機器を使用される時は、換気をお忘れなく！

◆ガスストーブ、ガスファンヒーターをご使用のお客さまへ

ガスストーブやガスファンヒーターを使用する場合は、30分に1回（1分～2分）程度換気をしましょう。

スプレー缶や燃えやすいものはガスストーブやガスファンヒーターの近くに置かないでください。

◆小型湯沸器をご使用のお客さまへ

必ず換気扇を回すか、窓を開けて換気してください。

お問い合わせ先　ガス施設課　☎528-2610

編集後記　我が家でも冬瓜とトマトのスープを作ったのですが、ガス火で直接トマトの皮を焼いているとシェフになったみたいで、気分がよかったです。もちろん美味しくできましたよ。（祐）